



TRABAJO FIN DE GRADO EN TRABAJO SOCIAL

“PROYECTO DE INTERVENCIÓN PARA REDUCIR LAS BARRERAS SOCIOCULTURALES Y EL SENTIMIENTO DE SOLEDAD DENTRO DE LA POBLACIÓN INMIGRANTE”

Autor/a:

D^ª. Alba Castañeda Hernández

Tutor/a:

D. Antonio de Diego Vallejo

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

CURSO 2024-25

FECHA DE ENTREGA: 8 DE JULIO DE 2025

Índice.

RESUMEN.....	4
PALABRAS CLAVE.....	4
ABSTRACT.....	4
KEY WORDS.....	4
1. INTRODUCCIÓN.....	5
1.1 Justificación e interés del tema.....	5
1.2 Vinculación del tema elegido con las competencias del grado.....	6
2. OBJETIVOS.....	8
2.1 Objetivo general.....	8
2.2 Objetivos específicos.....	8
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
3.1 Inmigración en España.....	9
3.2 Sentimiento de soledad no deseada.....	19
3.3 Barreras existentes en la integración social de los inmigrantes.....	24
3.4 Enfoque intercultural y participación comunitaria.....	28
4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN.....	30
4.1 Identificación.....	30
4.2 Justificación.....	31
4.3 Metodología.....	32
4.4 Destinatarios.....	33
4.5 Objetivos.....	34
4.6 Temporalización.....	35
4.6 Recursos.....	35
4.7 Actividades.....	36
4.8 Recursos económicos y financiación.....	39
4.9 Evaluación.....	40
5. REFLEXIÓN CRÍTICA.....	42
5.1 Grado de alcance de los objetivos.....	42

5.2 Limitaciones/propuestas de mejora.....	43
5.3 Conclusiones y reflexión personal.	43
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	45
ANEXOS.....	48
Anexo I:.....	48
Anexo II:	49

RESUMEN.

Este Trabajo de Fin de Grado en Trabajo Social analiza la relación entre las barreras socioculturales y el sentimiento de soledad no deseada en personas inmigrantes en España, con énfasis en Valladolid. A través de una mirada crítica, se examinan factores como el idioma, la discriminación o la falta de redes sociales, que dificultan la integración y afectan al bienestar emocional. Se propone una intervención socioeducativa dirigida a personas inmigrantes de 40 a 65 años, basada en dinámicas grupales, expresión emocional y role-playing, con el fin de crear vínculos, reducir el aislamiento y fortalecer el sentido de pertenencia. La intervención se desarrolla en colaboración con la Asociación Vecinal Rondilla, desde un enfoque participativo, comunitario e intercultural. El trabajo busca aportar herramientas prácticas al Trabajo Social para promover entornos inclusivos, empáticos y cohesionados que favorezcan la integración y el bienestar de la población migrante.

PALABRAS CLAVE.

Inmigración, soledad no deseada, barreras socioculturales, integración social, participación comunitaria

ABSTRACT.

This Final Degree Project in Social Work analyzes the relationship between sociocultural barriers and the feeling of unwanted loneliness among immigrants in Spain, with a focus on Valladolid. Through a critical approach, it examines factors such as language barriers, discrimination, and lack of social networks that hinder integration and affect emotional well-being. A socio-educational intervention is proposed for immigrants aged 40 to 65, based on group dynamics, emotional expression, and role-playing, aiming to foster connections, reduce isolation, and strengthen the sense of belonging. The intervention is carried out in collaboration with the Rondilla Neighborhood Association, using a participatory, community-based, and intercultural approach. This work seeks to provide practical tools for Social Work to promote inclusive, empathetic, and cohesive environments that support the integration and well-being of the immigrant population.

KEY WORDS.

Immigration, unwanted loneliness, sociocultural barriers, social integration, community participation

1. INTRODUCCIÓN.

La inmigración, o también conocido como migrar, es un fenómeno global que refleja tanto los desafíos como las aspiraciones de millones de personas. La inmigración es una realidad cada vez más presente en las sociedades contemporáneas, y con ella emergen nuevos desafíos vinculados a la inclusión social y al bienestar emocional de quienes migran. Este trabajo se centra en analizar cómo las barreras socioculturales influyen en el sentimiento de soledad no deseada que experimenta parte de la población inmigrante, ya que, la movilidad humana ha cobrado más visibilidad que nunca. A través de una mirada crítica desde el Trabajo Social, se busca visibilizar una problemática compleja que afecta tanto a la integración como a la salud emocional de estas personas, y aportar propuestas que fomenten entornos más inclusivos, empáticos y culturalmente sensibles.

1.1 Justificación e interés del tema.

El presente Trabajo de Fin de Grado surge del interés por comprender y visibilizar una de las realidades más complejas y, a menudo, silenciadas de la actualidad: las barreras socioculturales y el sentimiento de soledad a las que se enfrenta la población inmigrante. Es de gran relevancia este fenómeno, ya que afecta a una parte significativa de la población inmigrante, especialmente en contextos urbanos donde las dinámicas sociales, culturales y económicas pueden intensificar esta experiencia de aislamiento.

En un mundo cada vez más globalizado, los procesos migratorios han dado lugar a sociedades marcadamente diversas, lo que plantea el reto de garantizar la inclusión social en contextos de creciente multiculturalidad. España, como país receptor, enfrenta importantes desafíos en relación con la integración de las personas migrantes. Si bien se han producido avances en el acceso a recursos estructurales (como la vivienda, el empleo o la sanidad), persisten una serie de barreras de tipo sociocultural que obstaculizan la plena participación social: el desconocimiento del idioma, la falta de redes de apoyo, las diferencias en normas y valores culturales, así como la percepción de discriminación o rechazo por parte del entorno.

Estas barreras no solo suponen dificultades prácticas, sino que impactan de forma directa en el bienestar emocional de quienes migran, provocando sentimientos de exclusión, inseguridad y, en muchos casos, soledad no deseada. Esta última, entendida

como la percepción subjetiva de carencia de relaciones sociales significativas, se manifiesta con especial intensidad en personas que han dejado atrás sus vínculos afectivos (familiares, amistades, comunidad) y que encuentran serias dificultades para reconstruirlos en el país de acogida. La situación se agrava cuando no existen espacios comunitarios seguros que promuevan el diálogo intercultural, la expresión emocional y la construcción de redes sociales.

Desde la perspectiva del Trabajo Social, abordar esta problemática es una prioridad, ya que la soledad persistente constituye un factor de riesgo para la salud mental, el bienestar emocional y el proceso de integración social. Asimismo, las barreras socioculturales actúan como formas de violencia simbólica que limitan el ejercicio pleno de los derechos de la población inmigrante y su participación activa en la vida comunitaria.

Por todo ello, este trabajo busca analizar la relación entre las barreras socioculturales y el sentimiento de soledad en la población inmigrante, con el fin de aportar una mirada crítica y propositiva que permita fundamentar futuras intervenciones sociales. Se parte de un enfoque preventivo y comunitario, que entiende la integración no como un proceso unilateral de adaptación, sino como un proceso bidireccional que requiere del compromiso institucional y social para generar contextos más inclusivos, empáticos y culturalmente competentes.

1.2 Vinculación del tema elegido con las competencias del grado.

La comprensión de las desigualdades sociales, la intervención en contextos de vulnerabilidad y el enfoque ético de los derechos humanos, son unos de los conceptos claves abordados en el grado en Trabajo Social, con el fin de satisfacer las necesidades de las personas inmigrantes.

Se ha enfatizado la importancia de analizar las problemáticas sociales desde una perspectiva holística, entendiendo que los procesos de exclusión no son únicamente el resultado de carencias individuales, sino que están profundamente influenciados por estructuras sociales, culturales y políticas. En este sentido, el estudio de las barreras socioculturales que enfrentan las personas inmigrantes permite aplicar de forma práctica

contenidos teóricos como la intervención comunitaria, el enfoque intercultural o la teoría ecológica de los sistemas, que sitúa al individuo en relación constante con su entorno.

La formación ha puesto de relieve la necesidad de promover el acompañamiento profesional desde una mirada empática y no asistencialista, que reconozca la agencia y la resiliencia de las personas. Este trabajo permite profundizar en la dimensión emocional del fenómeno migratorio, específicamente en el sentimiento de soledad, integrando la perspectiva psicosocial en el análisis y reforzando el valor de la escucha activa, la construcción de redes de apoyo y la prevención del aislamiento social.

El Trabajo Social refleja el compromiso con la justicia social, la equidad y la transformación de las condiciones que perpetúan la exclusión. A través de este estudio, se busca aportar una base teórica y práctica que pueda orientar intervenciones más sensibles a la diversidad cultural, más centradas en la persona y más capaces de generar entornos inclusivos que favorezcan la convivencia y la cohesión social.

2. OBJETIVOS.

2.1 Objetivo general.

- Fomentar la integración social y el bienestar emocional de personas inmigrantes, a través de una intervención socioeducativa que aborde el sentimiento de soledad y las barreras socioculturales que dificultan su integración.

2.2 Objetivos específicos.

- Identificar las principales barreras que enfrenta la población inmigrante en su proceso de integración en la sociedad de acogida.
- Explorar cómo estas barreras influyen en la aparición y mantenimiento del sentimiento de soledad en personas inmigrantes.
- Analizar los procesos de duelo que experimenta esta población en su proceso de adaptación e integración.
- Recoger evidencias empíricas existentes sobre la relación entre integración social, barreras socioculturales y soledad.
- Diseñar una propuesta de intervención desde el trabajo social orientada a reducir las barreras socioculturales y fortalecer las redes de apoyo con el objetivo de prevenir o mitigar el sentimiento de soledad.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.

El fenómeno migratorio, entendido como el desplazamiento de personas fuera de su lugar de origen, conlleva múltiples desafíos que trascienden lo económico o legal. Uno de los principales obstáculos a los que se enfrentan las personas inmigrantes son las barreras socioculturales, que dificultan la integración en la sociedad de acogida y pueden propiciar sentimientos de aislamiento y soledad. Diversos estudios han señalado que la falta de redes sociales, el desconocimiento del idioma y la discriminación sistemática generan un impacto significativo en el bienestar emocional del colectivo inmigrante. Desde el Trabajo Social, resulta fundamental comprender esta realidad para diseñar intervenciones basadas en la interculturalidad y el reconocimiento de derechos.

3.1 Inmigración en España.

La migración es un fenómeno complejo, multidimensional y tan antiguo como la historia humana. A lo largo del tiempo, ha estado motivada por la necesidad de buscar mejores condiciones de vida y se manifiesta en diversos contextos sociales, políticos, económicos y culturales. De manera general, Aída Ruiz García (2002) define la migración como el desplazamiento de personas con intención de cambiar su lugar de residencia, cruzando divisiones geográficas o político-administrativas. Esta definición pone énfasis en el movimiento físico y el cambio territorial.

Sin embargo, Kearney y Bernadete Beserra (2002) profundizan en el impacto identitario de este proceso, afirmando que migrar implica cruzar una frontera significativa, mantenida por un régimen político, de forma tal que esta experiencia transforma la identidad del individuo.

Desde un enfoque racional, Ludmila Biriukova (2002) plantea que migrar es una decisión calculada en la que el individuo sopesa los costos y beneficios del cambio de lugar. Este análisis conecta la migración con una lógica económica individual.

Por su parte, Iain Chambers (1994) destaca la dimensión cultural, subrayando que la migración implica vivir entre lenguas e identidades en constante transformación, lo que exige adaptarse a contextos nuevos y dinámicos.

Eduardo Sandoval Forero (1993), desde la antropología social, define la migración como la movilidad geográfica de personas, tanto de forma individual como colectiva, hacia hábitats distintos a los habituales, reconociendo así la diversidad de formas que este fenómeno puede adoptar.

Estas distintas miradas evidencian que no existe una única definición de migración, sino una pluralidad de enfoques que permiten comprenderla como un proceso que afecta no solo a los espacios y economías, sino también a las subjetividades, culturas e identidades.

La inmigración en España presenta una serie de características demográficas, educativas y laborales que permiten entender su impacto estructural en la economía del país. Según el análisis realizado por Joan Monras (2023), el perfil del inmigrante en España se distingue por una mayor concentración de personas en edad laboral, particularmente entre los 25 y 45 años. Esto contribuye a mitigar parcialmente el proceso de envejecimiento de la población autóctona, aunque no lo revierte por completo.

Geográficamente, la población inmigrante se concentra en áreas urbanas y regiones con mayor dinamismo económico, como Madrid, Cataluña, la Comunidad Valenciana y Andalucía. Esta distribución responde a factores de atracción laboral, pero también a redes migratorias previas que facilitan la integración social y económica. Desde una perspectiva fiscal, los inmigrantes tienden a realizar una contribución neta positiva, especialmente en etapas tempranas de su ciclo de vida en el país, al requerir inicialmente menos servicios públicos y participar activamente en el sistema contributivo. Sin embargo, la sostenibilidad de esta contribución dependerá de factores como la estabilidad laboral, el acceso a derechos sociales y su integración a largo plazo. Además, se cuenta con una alta presencia de inmigrantes en sectores de baja remuneración y alta demanda de mano de obra, como la hostelería, la agricultura o la construcción. (Joan Monras, 2023).

Las políticas migratorias ocupan un papel central en la configuración del mercado laboral y en la planificación social de los países receptores. En el caso de España, Joan Monras (2023) analiza de manera detallada las implicaciones económicas y sociales de la inmigración, subrayando la necesidad de una estrategia migratoria bien definida y adaptada a las circunstancias específicas del país. En su estudio, se destaca que España

ha sido un país especialmente expuesto a fuertes flujos migratorios desde finales del siglo XX, lo que ha planteado tanto oportunidades como desafíos para las políticas públicas. En este contexto, Monras argumenta que una política migratoria eficaz debe comenzar por una clara definición de objetivos: determinar cuántos inmigrantes se desean atraer, con qué características y hacia qué regiones del país. Esta planificación es fundamental para anticipar y gestionar adecuadamente los efectos de la inmigración sobre el mercado laboral, la cohesión territorial y la sostenibilidad fiscal del Estado del bienestar.

Por tanto, Monras afirma que más que limitar la inmigración, se trata de diseñar instituciones que la canalicen adecuadamente, maximizando su aportación al crecimiento económico y minimizando posibles desequilibrios territoriales o tensiones laborales.

Centrándonos en la perspectiva del trabajo social a nivel nacional, la legislación de extranjería es un elemento clave para analizar el acceso a los derechos humanos de las personas migrantes. Tal como destacan Gómez Jiménez y Giménez Rodríguez (2024), el análisis normativo del periodo comprendido entre 1976 y 2023 permite identificar tres grandes etapas de evolución legislativa, cada una marcada por diferentes enfoques, intereses políticos y contextos sociales, que han condicionado la forma en que se ha regulado la inmigración y su integración en la sociedad española.

En la primera etapa, que abarca desde 1976 hasta 1985, se observa un cambio sustancial: España deja de ser un país eminentemente emisor de población para convertirse en un país receptor. Este cambio se traduce en la necesidad de generar un marco normativo que regule la presencia extranjera en el territorio. En este sentido, la promulgación de la Ley Orgánica 7/1985, Reguladora de las bases del régimen local, marca un punto de inflexión al establecer mecanismos diferenciados para inmigrantes en situación regular e irregular. Esta norma introduce por primera vez sanciones específicas para quienes carezcan de documentación, ejercen actividades no autorizadas o no dispongan de medios de vida suficientes. Asimismo, se otorga prioridad en la obtención de permisos a personas con vínculos familiares, tiempo de residencia o procedencia de países iberoamericanos. Se establece un marco legal que pone de manifiesto una creciente preocupación por la inmigración irregular, al tiempo que se comienza a contemplar la nacionalidad como un mecanismo de estabilización administrativa para las personas extranjeras residentes en España.

Entre 1986 y 1999, es comprendida la segunda etapa, la cual se caracteriza por una intensificación del fenómeno migratorio, tanto en su dimensión legal como irregular. Esta realidad provoca una mayor sofisticación del poder legislativo y administrativo, con la creación de estructuras específicas como las Oficinas de Extranjeros y la Comisión Interministerial de Extranjería. Esta fase, promueve planes para regularizar situaciones administrativas, agilizar procedimientos de asilo y expulsión, y reforzar el control en fronteras. Paralelamente, se establecen convenios bilaterales con países emisores clave, como Marruecos o República Dominicana, con el objetivo de controlar los flujos migratorios. También se evidencia una preocupación creciente por el uso fraudulento de solicitudes de asilo, lo que motiva la aprobación de normativas que restringen su acceso y refuerzan los controles. Se inicia un proceso de alineación progresiva con las políticas migratorias europeas acerca del futuro espacio de Schengen.

La tercera etapa se extiende desde el año 2000 hasta 2023, donde se consolida una legislación de extranjería más extensa, técnica y compleja, diseñada para responder a una realidad migratoria cada vez más diversa. La Ley Orgánica 4/2000 se convierte en el pilar central de esta etapa, al establecer un enfoque integral basado en la coordinación con las políticas de la Unión Europea, el principio de no discriminación y el impulso de la integración social de las personas inmigrantes. Esta norma incorpora medidas de protección para colectivos especialmente vulnerables, como mujeres víctimas de violencia de género, personas sin nacionalidad, menores no acompañados o solicitantes de asilo. Con el paso de los años, la ley sufre varias reformas que buscan ajustar el marco legal a los compromisos internacionales, a las transformaciones del mercado laboral y a las nuevas dinámicas migratorias. Destacan regulaciones sobre arraigo social y laboral, regularizaciones por circunstancias excepcionales y el desarrollo de programas de integración. Además, se promueven iniciativas para mejorar el sistema de acogida, como el Real Decreto 220/2022, que refuerza el papel de entidades colaboradoras y adapta el sistema ante el creciente número de solicitudes de protección internacional.

Cabe destacar que la Constitución Española de 1978 representa un avance cualitativo al reconocer explícitamente la existencia de personas extranjeras. Aunque limita ciertos derechos fundamentales a quienes pasean la condición de ciudadanos, establece un marco general de respeto a los derechos humanos, alineado con los tratados internacionales ratificados por España. Esto implica que el acceso de la población

migrante a derechos y servicios está condicionado, en muchos casos, por su situación administrativa, lo que genera desigualdades que el trabajo social debe abordar desde una perspectiva de justicia social y equidad.

En definitiva, el recorrido legislativo analizado por Gómez Jiménez y Giménez Rodríguez (2024) demuestra que la extranjería en España ha sido objeto de una regulación cada vez más detallada, en la que se cruzan intereses de control migratorio, respeto a los derechos humanos y promoción de la integración. Desde el enfoque del trabajo social, comprender esta evolución normativa es esencial para intervenir de forma crítica y transformadora en contextos donde la exclusión y la vulnerabilidad de las personas migrantes siguen siendo desafíos estructurales.

Las nacionalidades que más han influido en la composición demográfica y social del país son la colombiana, la marroquí y la venezolana. Según el análisis presentado en el artículo de la revista *Geografía*, la migración latinoamericana responde a una combinación de motivos principalmente laborales, económicos y familiares. La razón predominante para emigrar es la búsqueda de mejores oportunidades laborales y condiciones económicas más favorables, especialmente en contextos de pobreza y desigualdad (Fernando Gil, 2012). No obstante, se destaca que la pobreza por sí sola no explica completamente el fenómeno migratorio; factores como las crisis tanto en países desarrollados como en desarrollo, y la existencia de redes migratorias históricas también desempeñan un papel fundamental.

La evolución de la inmigración en España en las últimas décadas ha sido notable, dejando atrás su condición de país emisor para convertirse en un destino de asentamiento estable. Desde finales de los años noventa, y especialmente en la primera década del siglo XXI. Este fenómeno, he seguido un proceso dinámico, marcado por diferentes fases que reflejan, tanto los cambios estructurales internos del país, como los movimientos globales de población. Según Valero Matas et al., (2014), este fenómeno se divide en cinco etapas históricas.

Desde 1975 hasta 1985, corresponde al inicio del proceso migratorio contemporáneo. Durante este periodo, la inmigración era aún marginal, con apenas 165.289 extranjeros registrados en 1975, cifra que ascendió a 241.975 en 1985. La

mayoría de los inmigrantes se concentraban en grandes núcleos urbanos como Madrid y Barcelona, y predominaban los ciudadanos europeos, especialmente franceses.

El crecimiento inicial del fenómeno, de 1985 a 1995, representa la segunda etapa, donde España empieza a consolidarse como país receptor, en un contexto de apertura política, integración europea y crecimiento económico, es en este momento cuando se detecta una mayor diversidad en los orígenes nacionales, aunque el volumen migratorio era moderado. La cifra de extranjeros se duplica en esta década, alcanzando los 499.773 residentes.

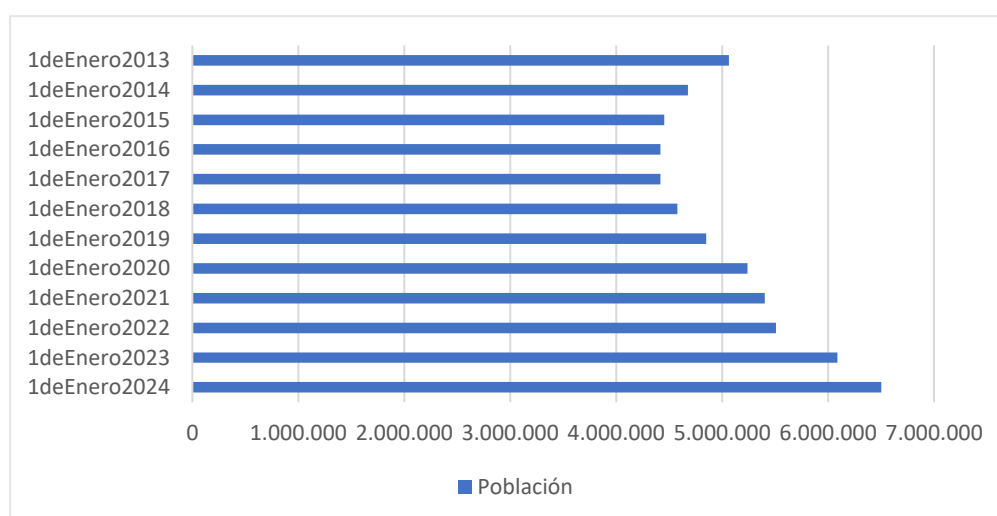
La tercera etapa, comprendida entre los años 1995 y 2007, se caracteriza por un fuerte proceso de aceleración migratoria. España experimenta un notable auge económico y un importante crecimiento del mercado laboral en sectores como la construcción, la hostelería, los servicios domésticos y la agricultura, generando una gran demanda de mano de obra extranjera. La población inmigrante se multiplica exponencialmente, pasando a representar el 8.5% del total nacional con casi cuatro millones de personas extranjeras. Se consolida así un nuevo perfil migratorio centrado en cubrir empleos precarios y poco cualificados.

Puede considerarse un periodo de madurez y estabilización del proceso migratorio del año 2006 al 2009, la cuarta etapa. Aunque los flujos de entrada se mantienen elevados, ya no presentan el ritmo de crecimiento de años anteriores, además, se advierten los primeros indicios de agotamiento del modelo económico, y comienzan a aplicarse políticas migratorias más restrictivas, tanto a nivel nacional como europeo. Durante 2007 se registraron 120.254 salidas del país y en 2008, 232.007.

La última etapa identificada por los autores abarca de 2010 a 2013, y está profundamente marcada por la crisis económica global iniciada en 2008. Se produce un cambio estructural en el proceso migratorio, que se manifiesta en la reducción de las entradas, el aumento de los retornos y la paralización de muchos proyectos migratorios. La crisis golpea con especial intensidad al colectivo inmigrante, donde sufre mayores tasas de desempleo, precariedad laboral y exclusión social, además, esta problemática se ha visto reflejada en las remesas enviadas a los países de origen, que disminuyen en volumen y, en muchos casos, se canalizan por vías informales.

A partir de los datos publicados por el Instituto Nacional de Estadísticas (INE), entre los años 2013 y 2016 se produjo un descenso progresivo de la población extranjera residente en España, alcanzando su punto más bajo en 2017, con un total de 4.417.653. Sin embargo, a partir del 1 de enero de 2018, se observa un crecimiento sostenido que se mantiene hasta 2024, con una población total de 6.502.282 residentes. Cabe destacar que, según datos del INE, el aumento neto de población en España durante 2022 y 2023 se debió casi por completo a la llegada de personas migrantes.

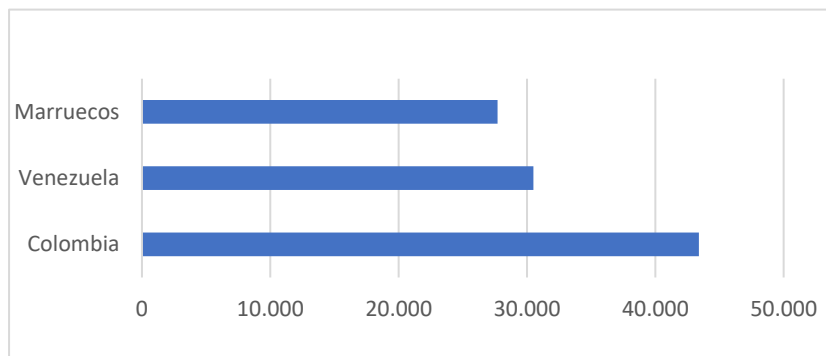
Gráfica 1. Estadística Continúa de Población. Total, sexo. Todas las edades. Nacionalidad Extranjera



Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística (INE)

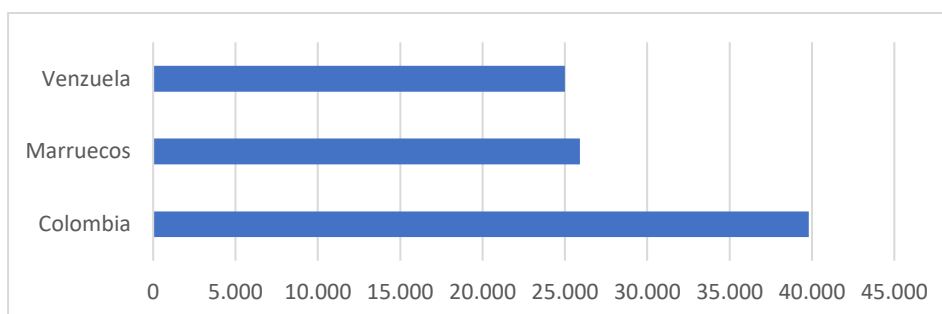
En el último trimestre de 2024, se registraron 43 400 inmigrantes procedentes de Colombia, 30 500 de Venezuela y 27 700 de Marruecos (Gráfica 2). Los registros de inmigración en el último trimestre de 2025 alcanzaron un total de 39.800 originarios de Colombia, 25.900 de Venezuela y 25.000 de Marruecos (Gráfica 3), cifras las cuales se aproximan de manera notable a las registrada en el último trimestre de 2024, lo que evidencia una continuidad estable en la dinámica migratoria.

Gráfica 2. Migraciones exteriores, principales nacionalidades. Inmigración. Cuarto trimestre de 2024



Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística (INE)

Gráfica 3. Migraciones exteriores, principales nacionalidades. Inmigración. Primer trimestre de 2025



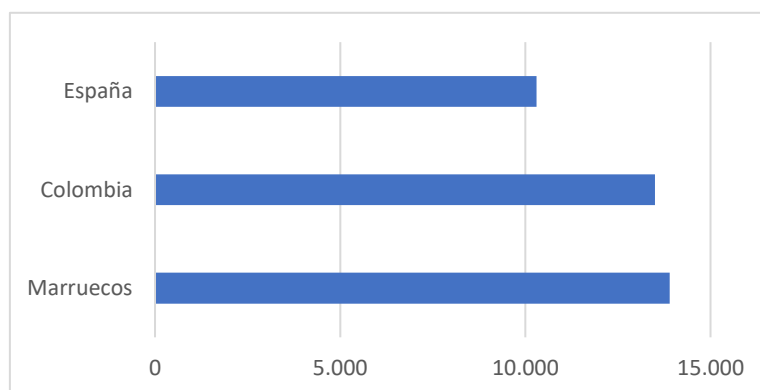
Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística (INE)

La inmigración exterior constituye en la actualidad el motor demográfico de España, según la Estadística Continua de Población del INE. A 1 de enero de 2025, la población residente superaba los 49.077.984 habitantes, una cifra sin precedentes impulsada mayoritariamente por los flujos migratorios.

Según el artículo publicado en la revista *The Objective*, la población nacida en España se encuentra en descenso debido al envejecimiento y la baja natalidad, mientras los inmigrantes reactivan el crecimiento demográfico. Desde enero hasta abril de 2025, por cada español registrado, llegaron casi cinco extranjeros, cifra que refleja la importancia creciente del saldo migratorio positivo.

En paralelo, también se ha registrado emigración hacia otros países, especialmente de ciudadanos de Marruecos (13.900 salidas en el primer trimestre de 2025), Colombia (13.500) y España (10.300). (Gráfica 4).

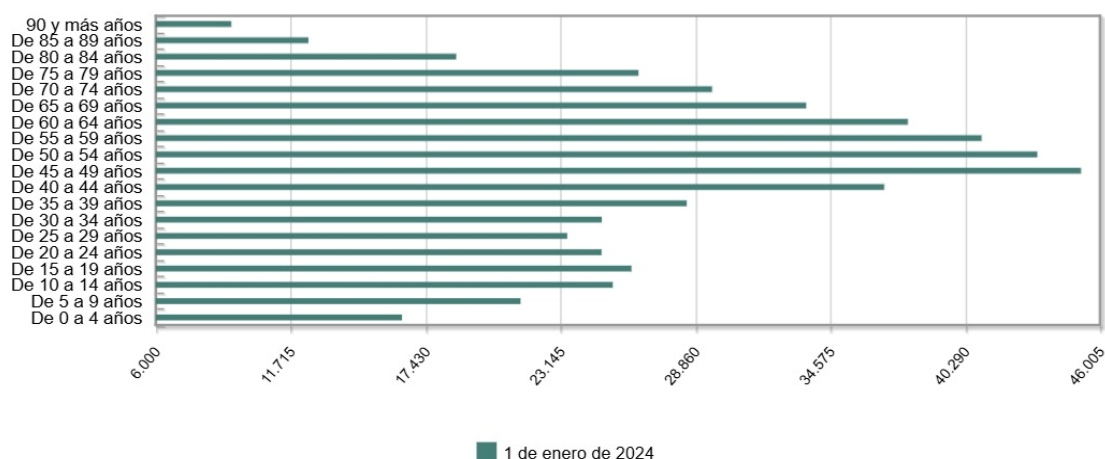
Gráfica 4. Migraciones exteriores, principales nacionalidades. Emigración. Primer trimestre de 2025



Fuente: Elaboración propia a partir de datos obtenidos del Instituto Nacional de Estadística (INE)

Del mismo modo, se considera relevante incorporar una perspectiva local mediante el análisis de la población inmigrante en Valladolid, con especial atención a los grupos de edad predominantes, ya que su estudio no solo permite comprender mejor sus características y necesidades, sino que también ayuda a identificar a que grupos resulta más importante enfocar las intervenciones y en que etapas vitales puede ser más necesario ofrecer apoyo. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el grupo de edad predominante en la localidad de Valladolid a 1 de enero de 2024 es de 45 a 49 años, no obstante, de los 35 a los 74 continúan siendo cifras elevadas. (Gráfica 5).

Gráfica 5. Estadística Continua de Población, grupo quinquenal de edad, Valladolid



Fuente: Instituto Nacional de Estadística

El análisis de Valero Matas, et al. (2014), muestra que la inmigración ha pasado por un proceso complejo, marcado por la alternativa entre fases de crecimiento acelerado y etapas de contención o retorno. La crisis económica de 2008 supuso un punto de inflexión que modificó las pautas migratorias y reveló tanto la vulnerabilidad del colectivo inmigrante ante los ciclos económicos como la importancia estructural que este fenómeno ha adquirido en la configuración demográfica y social de España.

Joan Monras (2023) destaca que la inmigración no ha tenido un efecto negativo significativo sobre los salarios ni sobre el empleo de los trabajadores nativos. Lejos de desplazar masivamente a los trabajadores locales, en muchos contextos la inmigración ha contribuido a una mejor asignación del trabajo en el país. En particular, el autor subraya que la llegada de población inmigrante puede actuar como catalizador de la movilidad interna de los trabajadores nativos, incentivando su desplazamiento hacia regiones o sectores más productivos. Un aspecto central de su planteamiento es, por tanto, la necesidad de fomentar esta movilidad geográfica y ocupacional como respuesta racional y constructiva al influjo migratorio. En lugar de recurrir a restricciones migratorias que pueden tener efectos contraproducentes tanto económicos como sociales, se aboga por reforzar las capacidades de adaptación del mercado laboral interno, facilitando así la reasignación eficiente de los recursos humanos. Esta estrategia de ajuste interno permite no solo mitigar potenciales tensiones sociales, sino también aprovechar mejor las complementariedades entre trabajadores nativos e inmigrantes, reforzando la cohesión económica y territorial del país.

La experiencia migratoria conlleva también importantes retos en el ámbito social, entre los que destaca el sentimiento de soledad no deseada, una situación especialmente frecuente entre personas inmigrantes.

3.2 Sentimiento de soledad no deseada.

La soledad no deseada es la percepción de que las relaciones personales que mantenemos son insuficientes o no tienen la calidad o intensidad que quisiéramos. Se caracteriza por no ser una elección voluntaria, sino una situación impuesta que se prolonga en el tiempo y puede afectar negativamente el bienestar y salud. A diferencia de la soledad elegida, que puede aportar tranquilidad y disfrute, la soledad no deseada surge cuando no podemos revertir esa situación a pesar de querer compañía, y puede aparecer en cualquier etapa de la vida. (Ayuntamiento de Madrid). Este sentimiento puede aparecer incluso en contextos socialmente activos y afecta especialmente a colectivos vulnerables, como es la inmigración, ya que muchas personas se enfrentan a la separación de sus redes familiares y sociales, barreras culturales o idiomáticas y dificultades para integrarse en su nuevo entorno.

La soledad no deseada constituye un fenómeno complejo con una profunda carga emocional, caracterizado por la percepción subjetiva de una desconexión entre las relaciones sociales que una persona mantiene y aquellas que desearía tener. A diferencia del aislamiento social, que se refiere a una situación objetiva en la que alguien carece de vínculos o contactos significativos, la soledad no deseada implica malestar emocional, sensación de vacío y dificultad para establecer relaciones satisfactorias. En este sentido, el “Plan de Acción contra la soledad no deseada y el aislamiento social 2022-2025” de Castilla y León aporta una perspectiva institucional sobre el problema, estableciendo una estrategia integral para su prevención y abordaje. Este plan reconoce que la soledad no deseada no se distribuye de forma homogénea en la sociedad, sino que se concentra en mayor medida en grupos en situación de vulnerabilidad o riesgo de exclusión, como es el caso de la población inmigrante. Las dificultades idiomáticas, las barreras culturales, la falta de redes de apoyo o el desarraigo de su entorno de origen pueden intensificar el sentimiento de aislamiento de estas personas en el contexto de acogida. En el caso de la población inmigrante, abordar la soledad implica atender tanto las carencias afectivas como los factores estructurales que la agravan: precariedad económica, inseguridad residencial, discriminación o falta de integración cultural. (Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de Castilla y León, 2022).

Según *Mentes Abiertas Psicología* (2023), la soledad puede clasificarse en distintos tipos, varios de los cuales son especialmente relevantes en el contexto de la inmigración. Entre ellos, destaca la soledad cultural, que surge cuando una persona no se siente reconocida o comprendida dentro del entorno donde habita, ya sea por diferencias de idioma, valores, costumbres o identidad. Esta forma de soledad se intensifica cuando no se logra construir un sentido de pertenencia, lo cual puede derivar en aislamiento emocional o incluso en síntomas de malestar psicológico.

Otro tipo de soledad habitual en este contexto es la soledad emocional, que aparece cuando el individuo siente que no tiene a nadie con quien compartir sus emociones más profundas. Esta situación puede generarse tras la separación de vínculos significativos, o por la dificultad para establecer relaciones íntimas en el nuevo entorno. A ello se le suma la soledad social, asociada a la falta de redes o comunidades en las que el migrante se sienta acogido o representado.

La soledad existencial, por su parte, remita a una sensación de vacío profundo vinculada a la búsqueda de sentido y a la reconfiguración de la propia identidad. Este tipo de soledad puede intensificarse en personas migrantes que han atravesado procesos de desarraigo o pérdida cultural, enfrentando una ruptura entre su historia personal y el nuevo contexto de vida.

La soledad no deseada se ha consolidado como un fenómeno creciente en las sociedades occidentales, y sus implicaciones trascienden lo emocional para posicionarse como un problema de salud pública de primera magnitud. En un estudio reciente, Tahull Fort y Torres González (2025) examinan las consecuencias de esta forma de aislamiento social desde una perspectiva cuantitativa en el contexto español, poniendo especial atención en los efectos sobre la salud mental de los jóvenes. Los autores enmarcan el aumento de la soledad no deseada en el ascenso del individualismo y la pérdida progresiva de vínculos comunitarios sólidos, fenómenos que han reducido la calidad y profundidad de las relaciones interpersonales, especialmente en las etapas formativas de la vida.

Los hallazgos del estudio revelan que la soledad no deseada no solo deteriora el bienestar emocional, sino que también tiene consecuencias significativas en la salud física y mental. Entre las afecciones más comunes se encuentran la ansiedad, la depresión, el

estrés crónico y la aparición de ideación suicida. Este tipo de soledad, al ser involuntaria, genera una disonancia entre el deseo de conexión y la imposibilidad de lograrla, lo cual acentúa la percepción de exclusión social y el sufrimiento subjetivo. Además, la investigación subraya cómo la soledad persistente puede convertirse en un factor de riesgo comparable al tabaquismo o al sedentarismo en términos de mortalidad prematura y enfermedades crónicas. Así, el aislamiento social no solo afecta la salud mental de manera directa, sino que también se asocia a estilos de vida menos saludables y de menor adherencia a tratamientos médicos, lo que agrava aún más los cuadros clínicos. (Tahull Fort y Torres González, 2025).

En el caso específico de adolescentes y jóvenes, el impacto es especialmente preocupante, dado que esta etapa del desarrollo implica una consolidación de la identidad social, la construcción de redes de apoyo y la experimentación de relaciones significativas. Según el estudio, la falta de estas experiencias, derivada de la soledad no deseada, puede comprometer el desarrollo emocional y cognitivo, generando patrones de retraimiento social, baja autoestima y mayor vulnerabilidad a trastornos psiquiátricos. En este sentido, Tahull Fort y Torres González (2025) advierten sobre la necesidad de políticas públicas que aborden el fenómeno desde una perspectiva multidimensional, promoviendo la inclusión social, el fortalecimiento de vínculos comunitarios y la prevención del aislamiento a través de estrategias educativas, sanitarias y culturales.

Este enfoque cuantitativo aporta evidencia empírica que permite dimensionar el alcance de la soledad como un problema estructural, más allá de lo anecdótico o meramente emocional. (Tahull Fort y Torres González, 2025).

Migrar no es simplemente cambiar de territorio, sino atravesar un proceso vital complejo, cargado de transformaciones, renunciaciones y pérdidas. En ese sentido, la experiencia migratoria implica un impacto profundo sobre la estructura emocional y psicológica del individuo, dando lugar a lo que la literatura especializada denomina duelo migratorio. Este tipo de duelo constituye una respuesta adaptativa frente a las múltiples pérdidas que implica la migración: la separación de la familia, la lengua, el entorno cultural, el estatus social, los amigos, los rituales cotidianos, incluso del propio sentido de identidad. (M. Gabriela Donoso, 2014).

La autora describe el duelo migratorio como un duelo múltiple, parcial, recurrente y no reconocido socialmente. Múltiple, debido a que la persona migrante sufre la pérdida simultánea de diversas dimensiones de su vida. Parcial, porque no se pierde totalmente lo dejado atrás: la familia, el país o la lengua, siguen existiendo, aunque de una manera inaccesible. Recurrente, ya que las pérdidas se reactivan una y otra vez a lo largo del tiempo. Este es un duelo frecuentemente silenciado o desautorizado, pues no siempre se legitima socialmente como una pérdida digna de duelo.

Este tipo de duelo está estrechamente relacionado con lo que se conoce como el Síndrome de Ulises, una manifestación extrema del duelo migratorio el cual implica un estado de estrés crónico con alta carga emocional y síntomas psicológicos severos (Gamarra et al., 2005). Las condiciones de vida precarias, la incertidumbre legal, la discriminación, la sobreexplotación laboral y la soledad generan un estado de agotamiento físico y emocional que se manifiesta en síntomas como tristeza, insomnio, llanto frecuente, cambios bruscos de humor, pensamientos negativos, sentimiento de culpa, ansiedad e incluso ideaciones suicidas. Esta sintomatología, al no estar vinculada a una enfermedad mental previa, suele tener un origen adaptativo: es la respuesta de una persona sometida a condiciones extremas de tensión, pérdidas y desarraigo (González Calvo, 2005).

Desde un enfoque tanatológico, M. Gabriela Donoso (2014) enfatiza que este duelo implica una reorganización emocional de la vida, que exige recorrer todas las fases del duelo: negación, ira, negociación, tristeza y aceptación. Sin embargo, estas fases pueden presentarse de manera desordenada o prolongada si la persona migrante no cuenta con el acompañamiento adecuado. Cuando el proceso no se elabora de manera saludable, puede derivar en un duelo complicado o patológico, acompañado de síntomas depresivos, ansiedad, ideación suicida o somatización.

Según Gamarra et al. (2005) este sufrimiento se ve intensificado cuando las expectativas sobre el país de acogida no se cumplen. Muchas personas migrantes parten de una idealización del destino: libertad, progreso, seguridad, oportunidades. No obstante, la llegada suele enfrentarles con una realidad adversa: barreras idiomáticas, racismo, pobreza, trabajos precarios, exclusión legal y social. El día de llegada marca un antes y

un después en la vida de las personas migrantes, aquello que soñaron como un paraíso, puede convertirse en un espacio de invisibilidad, precariedad y desarraigo.

Además, la pérdida del estatus profesional y académico, el desarraigo cultural y la falta de redes sociales deterioraron la autoestima, la identidad y la capacidad de integración. Las personas migrantes suelen sentirse estigmatizadas, rechazadas y desplazadas, lo que incrementa su vulnerabilidad emocional (Gamarra et al., 2005; González Calvo, 2005).

Las consecuencias no afectan únicamente al plano individual. En muchos casos el impacto se extiende al entorno familiar: rupturas de parejas, dificultades parentales, conflictos intergeneracionales y efectos transgeneracionales en los hijos. Como indica González (2005), incluso los descendientes de personas migrantes (aunque hayan nacido en el país receptor) pueden experimentar el duelo migratorio heredado como una identidad dividida o en conflicto.

A pesar de la dureza de esta experiencia, existen factores protectores que pueden facilitar un duelo saludable. M. Gabriela Donoso (2014) destaca la importancia de reconocer las pérdidas, expresar el dolor y elaborar un nuevo proyecto de vida. Es clave contar con espacios donde las personas migrantes puedan narrar su historia, validar sus emociones y resignificar su proceso.

En la misma línea, Gamarra et al. (2005), proponen el trabajo grupal como estrategia de intervención psicosocial, mediante la creación de grupos abiertos de acompañamiento donde se favorece la expresión emocional, el apoyo mutuo y la reconstrucción identitaria. Estos espacios permiten que las personas se reconozcan en el otro, compartan vivencias similares y recuperen la capacidad de esperanza. Además, promueven un sentido de pertenencia que es fundamental para integrar el pasado con el presente sin renunciar a las raíces.

Tanto M. Gabriela Donoso (2014) como González Calvo (2005) coinciden en señalar la necesidad de que los servicios sociales, educativos y de salud mental reconozcan el duelo migratorio como una realidad emocional legítima. Este reconocimiento implica desarrollar intervenciones sensibles a la diversidad cultural,

garantizar el acceso a los recursos y construir políticas públicas de acompañamiento que promuevan la equidad, la integración y el bienestar psicosocial.

En conclusión, el duelo migratorio no es una experiencia anecdótica ni secundaria: es un proceso profundo, legítimo y humano. Abordarlo desde una perspectiva psicosocial, tanatológica y comunitaria es fundamental para comprender y acompañar adecuadamente a las personas que migran en su camino hacia una vida digna, con raíces nuevas, pero sin olvidar las antiguas.

La soledad no es solo una experiencia individual, sino también el reflejo de barreras socioculturales estructurales que dificultan la integración plena. La discriminación, la estigmatización o la carencia de políticas inclusivas pueden actuar como factores agravantes que perpetúan el aislamiento del sujeto migrante. (Mentes Abiertas Psicología, 2023).

3.3 Barreras existentes en la integración social de los inmigrantes.

El trabajo de Raúl Susín Betrán (2015) ofrece un análisis profundo sobre las barreras que obstaculizan la integración social de los inmigrantes en las sociedades contemporáneas. El autor plantea que, a pesar de vivir en contexto democrático que se presuponen inclusivos, la ciudadanía ha retomado una función excluyente que reproduce desigualdades estructurales. La pertenencia a un Estado-nación continúa siendo el criterio principal para el acceso pleno a los derechos, lo que deja a los inmigrantes en una posición subordinada, incluso cuando forman parte activa de la vida social, económica y cultural del país de acogida.

Uno de los elementos centrales que impiden la integración es la existencia de muros, tanto reales como simbólicos, que separan a la población autóctona de la inmigrante. Estos muros, según Betrán (2015), son una manifestación del miedo al otro y de la tendencia a identificar la diferencia cultural como amenaza. Dichas barreras se materializan en políticas migratorias restrictivas, controles fronterizos severos, espacios urbanos segregados y discursos políticos que presentan al inmigrante como un enemigo o un competidor ilegítimo por recursos escasos.

Además. Susín Betrán, advierte sobre la instrumentalización del inmigrante como figura funcional dentro de la lógica consumista. En este contexto, el inmigrante es aceptado únicamente en la medida en que resulta útil (como trabajador, cuidador o prestador de servicios), pero excluido de un reconocimiento social pleno. Esta relación asimétrica impide el desarrollo de vínculos basados en la igualdad y el respeto mutuo, profundizando así la exclusión.

También se denuncian prácticas jurídicas y administrativas que refuerzan esta exclusión, como las expulsiones sumarias, la existencia de centro de internamiento de extranjeros o la limitación en el acceso a derechos básicos como la sanidad. Estas medidas no solo vulneran derechos fundamentales, sino que también construyen un imaginario colectivo en el que el inmigrante aparece como una figura sospechosa, desprovista de legitimidad política y social. (Susín Betrán, 2015).

El fenómeno migratorio no solo incluye a personas sin diversidad funcional, sino también a aquellas con discapacidades. En estos casos, se suma a las ya complejas barreras socioculturales y administrativas, obstáculos físicos y comunicativos que limitan aún más su inclusión social. El artículo destaca cómo estas barreras son interdependientes, generando una acumulación de desventajas que dificultan de forma significativa su integración (Estrada, 2024).

Desde una visión actualizada, la inmigración en España, aunque arraigada históricamente, ha experimentado un impulso sostenido y creciente. Sin embargo, este proceso ha carecido de una protección adecuada desde el punto de vista institucional, lo que deja a muchas personas en situación de vulnerabilidad.

En este escenario, Estrada (2024) sostiene que el Trabajo Social desempeña un papel decisivo. La intervención desde esta disciplina requiere metodologías adaptadas que atiendan los planos burocráticos (regularización, acceso a recursos), simbólico (lucha contra prejuicios y discriminación) y relacional (fortalecimiento de redes y mediación cultural y funcional). Esta labor articulada contribuye a mejorar significativamente la calidad de vida de las personas inmigrantes, especialmente de aquellas con diversidad funcional.

Uno de los obstáculos más relevantes es la barrera idiomática. Tal y como señalan Boussif, Escarbajal Frutos e Ibáñez López (2024), el desconocimiento del idioma local impide la participación equitativa en el sistema educativo, afectando especialmente al alumnado inmigrante. Estas dificultades, más allá del rendimiento académico, inciden directamente en el bienestar emocional, la autoestima y la integración social de los jóvenes migrantes. El lenguaje, en este contexto, no solo actúa como una herramienta de aprendizaje, sino como una vía esencial para establecer vínculos sociales, comprender normas culturales y sentirse parte de la comunidad. La falta de competencia lingüística, por tanto, puede desencadenar procesos de aislamiento que, en muchos casos, se traducen en soledad y exclusión.

Desde una perspectiva más amplia, estas barreras no se limitan al dominio del idioma, sino que también abarcan elementos culturales que afectan a la comprensión mutua y a la convivencia. Según Díaz Millón, Gutiérrez Artacho y Olvera Lobo (2024), estas barreras dificultan la comprensión mutua en situaciones comunicativas cotidianas y profesionales, generando malentendidos, desconfianza o exclusión, debido a las diferencias entre los sistemas de valores, normas, creencias y formas de comunicación de personas que pertenecen a distintos contextos socioculturales. Dichas diferencias culturales se manifiestan especialmente cuando no existe una mediación adecuada que permita adaptar los mensajes a los marcos culturales del receptor.

El impacto de estas barreras en el proceso de integración social es profundo y negativo. Por lo que Betrán (2015) menciona que, al convertir la ciudadanía en un criterio excluyente, se imposibilita la incorporación plena de los inmigrantes en el entramado social. Se consolidan divisiones entre quienes tienen derechos plenos y quienes son considerados ajenos, lo que perpetúa dinámicas de segregación y desconfianza. La instrumentalización del inmigrante refuerza desiguales que impiden la construcción de una comunidad política inclusiva.

Estas barreras no solo afectan a los inmigrantes en términos de acceso a derechos, participación y reconocimiento, sino que también deterioran la calidad democrática de la sociedad en su conjunto. La falta de reconocimiento de la diversidad y la negación del otro como parte legítima del “nosotros” erosiona los fundamentos del pluralismo, promoviendo una democracia empobrecida y excluyente. Frente a esta realidad, Susín

Betrán aboga por un nuevo enfoque basado en el diálogo, el reconocimiento mutuo y una ciudadanía que refleje la diversidad real de nuestras sociedades con un respeto efectivo a los derechos humanos. (Betrán, 2015).

Frente a este panorama de exclusión y debilitamiento democrático, se vuelve imprescindible replantear el modo en que se concibe la convivencia en sociedades diversas. Es en este punto donde la integración social adquiere una relevancia central, donde Carmen Bel Adell (1994), afirma que la presencia de población extranjera en el país no puede entenderse únicamente desde una perspectiva asistencial o de gestión demográfica, sino como un elemento dinamizador que contribuye activamente a la transformación cultural y social de las comunidades receptoras.

La autora subraya la necesidad de superar modelos tradicionales de integración, especialmente el enfoque asimilacionista, que presupone la adopción total de las costumbres y valores de la sociedad de acogida por parte de las personas migrantes. Este modelo, centrado en la homogeneidad, invisibiliza la riqueza que supone la diversidad cultural y limita las posibilidades de una integración efectiva. Frente a ello, Bel Adell (1994), propone un modelo basado en la interculturalidad, donde el intercambio mutuo y el reconocimiento de las diferencias culturales son principios fundamentales. En este enfoque, la integración no implica renunciar al origen, sino construir un espacio común desde el respeto, la convivencia y el aprendizaje mutuo.

La reflexión de Bel Abell (1994) invita a repensar la integración no como un objetivo final, sino como un proceso en permanente construcción, donde todos los actores sociales tienen responsabilidades. Solo desde una mirada abierta, plural e intercultural es posible avanzar hacia una sociedad más justa, cohesionada y enriquecida por la diversidad.

3.4 Enfoque intercultural y participación comunitaria.

En la actualidad, la mayoría de los países son culturalmente diversos, pues la globalización ha acabado con el mito de “un estado culturalmente homogéneo” y a su vez, ha abierto paso al pluralismo y a la diversidad cultural.

La diversidad cultural de las sociedades surge de la inmigración individual y familiar. Estos grupos desean integrarse en la sociedad de la que forman parte y que se les acepte como miembros de pleno derecho de la misma (Aptitud Social, 2025). Por ello, la oleada migratoria ha supuesto para los profesionales del Trabajo Social una toma conciencia y una necesidad de adaptar las intervenciones sociales a un enfoque intercultural.

Por ello, la necesidad de implementar un enfoque intercultural en las políticas públicas y en los servicios básicos es cada vez más evidente en sociedades diversas, como, por ejemplo, la española. La creciente presencia de población inmigrante pone en evidencia las limitaciones de un modelo asistencial que no contempla la pluralidad cultural como parte estructural de la sociedad, sino como una excepción o un desafío. El estudio de Santamaría Rodríguez (2025) revela que el acceso desigual a los servicios sanitarios por parte de la población inmigrante no solo responde a factores económicos, sino también a una falta de adaptación cultural del propio sistema. Este déficit institucional produce una forma de exclusión silenciosa, donde los derechos, aunque formalmente garantizados, no se traducen en un acceso real y equitativo.

Según los datos del estudio, los inmigrantes de clases medias y bajas hacen un uso significativamente inferior de servicios como la atención primaria, las consultas con especialistas o las hospitalizaciones, en comparación con la población autóctona. Las diferencias se acentúan en las actividades preventivas, como las mamografías o la vacunación, donde la participación de la población inmigrante es mucho menor. Aunque en la clase alta estas brechas tienden a desaparecer, lo que indica la influencia del nivel socioeconómico, la persistencia de las desigualdades en otros estratos evidencia barreras institucionales, comunicativas y culturales no abordadas. (Santamaría Rodríguez, 2025).

Desde el Trabajo Social, el enfoque intercultural implica no solo reconocer la diversidad, sino trabajar activamente por la equidad en el acceso a los recursos. Esto

requiere fomentar relaciones horizontales y generar espacios de encuentro entre población autóctona e inmigrante, donde se reconozcan saberes, prácticas y trayectorias diversas. Este modelo promueve la mediación intercultural como herramienta clave para eliminar barreras comunicativas, prevenir conflictos derivados de malentendidos culturales y, sobre todo, favorecer la participación real de las personas migrantes en la vida comunitaria.

Además, la participación comunitaria se configura como un elemento fundamental para la integración social. No basta con adaptar los servicios, es necesario abrir canales donde las personas migrantes puedan expresar sus necesidades, proponer soluciones y sentirse parte activa de la sociedad. Santamaría Rodríguez (2025) pone de manifiesto que, sin esta mirada, los servicios, aunque disponibles, resultan inaccesibles en la práctica para ciertos grupos. Por tanto, más allá de garantizar derechos sobre el papel, es necesario diseñar dispositivos institucionales sensibles a la diversidad y orientados a la construcción de políticas y prácticas inclusivas.

El enfoque intercultural y la participación comunitaria no solo mejoran la calidad de vida de la población inmigrante, sino que fortalecen el tejido social en su conjunto. La inclusión real no se logra únicamente mediante el reconocimiento formal de derechos, sino a través de estructuras que garanticen su ejercicio efectivo desde la corresponsabilidad, la equidad y el respeto a la diversidad cultural.

Desde una perspectiva intercultural, la integración social debe entenderse como un proceso bidireccional que involucra tanto a la población inmigrante como a la sociedad receptora. No se trata únicamente de que los recién llegados se adapten, sino también de que la sociedad de acogida se abra a la diferencia, modifique actitudes excluyentes y promueva condiciones reales de igualdad. Bel Abell (1994), destaca que este proceso requiere un compromiso colectivo que trascienda las políticas públicas y se apoye también en el tejido social y comunitario.

En este sentido, las organizaciones no gubernamentales juegan un papel crucial en la construcción de entornos inclusivos. Actúan como mediadoras entre los inmigrantes y las instituciones, facilitando el acceso a derechos, recursos y servicios básicos, al tiempo que generan espacios de encuentro intercultural.

Desde la metodología comunitaria, debe trabajarse para que todo el mundo pueda participar, aun sabiendo que, en la praxis y en la realidad, solo participa una minoría. Pero la metodología debe funcionar para que esta minoría se mantenga siempre abierta a la integración de nuevos participantes y no se cierre en sí misma. Por estos motivos se plantea el siguiente plan de intervención.

4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN.

4.1 Identificación.

Vínculos que fortalecen: intervención comunitaria para reducir la soledad en población inmigrante a través del intercambio de experiencias y el role-playing.

La intervención se desarrollará en formato grupal y combinará sesiones de diálogo reflexivo con dinámicas prácticas de role-playing, una técnica participativa en la que los participantes representarán situaciones reales de la vida cotidiana (como acudir a una cita médica, entre otras).

El uso del role-playing como herramienta dentro de procesos educativos y sociales ha demostrado ser eficaz en el desarrollo de la empatía, la comprensión del otro y la cohesión grupal. (Sánchez, 2017). Este, señala que es una técnica la cual permite dramatizar situaciones reales de discriminación o de conflicto, observadas por el resto del grupo, que posteriormente reflexiona en colectivo. Esto permite simular situaciones de la vida cotidiana que han generado exclusión o malestar, y transformarlos en oportunidades de aprendizaje, empoderamiento y fortalecimiento emocional.

Se llevará acabo en la Asociación Vecinal Rondilla, constituida en 1970 y declarada entidad de utilidad pública municipal, es un espacio clave en el ámbito comunitario de Valladolid. A través de su Programa de integración sociocultural de inmigrantes, que incluye clases de español, asesoramiento jurídico y talleres de inclusión social en el barrio de La Rondilla. Además, desde 2006 trabaja la Fundación Rondilla, con proyectos educativos para todas las edades, como aprendizaje de nuevas tecnologías, inserción laboral y atención a menores, jóvenes y mujeres.

La Asociación Rondilla ya es un referente en la integración de personas inmigrantes en Valladolid. A pesar de ello, no cuenta con una iniciativa que utilicen

técnicas de rol-playing para abordar la soledad y las barreras existentes que afectan la integración en la sociedad desde la vivencia emocional y sociocultural. Por tanto, “Vínculos que fortalecen”, se presenta como una intervención complementaria e innovadora.

Esta propuesta de intervención va a permitir trabajar directamente sobre las experiencias vividas por los participantes, desarrollando habilidades sociales y comunicativas, al tiempo que se genera un espacio de apoyo.

4.2 Justificación:

La soledad no deseada es un fenómeno creciente, especialmente entre personas inmigrantes adultas, que puede tener consecuencias negativas sobre la salud física, mental y emocional. A menudo, esta situación se ve agravada por barreras idiomáticas, culturales, legales y sociales, dificultando la participación comunitaria y el desarrollo de una vida autónoma.

Dado el aumento de población migrante en edad avanzada, resulta prioritario abordar los factores que afectan su bienestar emocional. Diversos estudios han demostrado que la soledad es una problemática frecuente y profunda en este grupo etario. Según el artículo *Systematic review of factors influencing loneliness in older-adult migrants* (2024), la soledad es significativamente más frecuente en personas migrantes de edad avanzada. Esta revisión sistemática analizó 35 estudios y concluyó que, factores como no tener pareja, una situación económica precaria, problemas de salud, pocas relaciones sociales fuera del entorno familiar, y un escaso sentido de pertenencia cultural o comunitaria aumentan el riesgo de soledad en este grupo.

Por ello, es fundamental prestar atención a la población migrante de mayor edad, ya que presentan una doble vulnerabilidad: por un lado, las dificultades propias del proceso migratorio (adaptación, redes sociales debilitadas, idioma), y por otro, las limitaciones asociadas al envejecimiento. Tratar la soledad en este grupo no solo es una cuestión de salud mental, sino también de inclusión social.

La propuesta de intervención surge como respuesta a una problemática detectada en la población inmigrante residente en Valladolid: la presencia de barreras socioculturales que dificultan su integración social y que, al mismo tiempo, agravan el

sentimiento de soledad no deseada. El aislamiento social y la falta de espacio seguros para compartir estas experiencias, emociones y culturas no solo afectan al bienestar emocional de estas personas, sino que también condicionan su calidad de vida, su salud mental y su participación social.

“Vínculos que fortalecen” se basa en un enfoque comunitario, participativo e intercultural, que pone en el centro la creación de vínculos, el fortalecimiento del sentido de pertenencia y el empoderamiento de las personas migrantes.

En Valladolid, existen varios programas e iniciativas dirigidos a la integración de la población inmigrante, como los talleres culturales y de convivencia organizados por el Ayuntamiento, el Programa de Integración de la Asociación Vecinal Rondilla, o el dispositivo de acogida integral de la Fundación Cepaim. Estas iniciativas se centran en aspectos como la formación lingüística, la orientación laboral, el asesoramiento legal o el conocimiento de normas cívicas. Sin embargo, no he detectado intervenciones concretas que utilicen técnicas de role-playing o simulaciones de situaciones reales con el propósito explícito de trabajar el sentimiento de soledad y las barreras socioculturales desde la experiencia vivida.

Las intervenciones vivenciales donde las personas puedan ensayar situaciones cotidianas y reflexionar sobre ellas, pueden ser eficientes para mejorar la integración, las habilidades relacionales y el bienestar emocional.

4.3 Metodología.

La metodología de esta propuesta de intervención se basa en un enfoque participativo, comunitario e intercultural, propio del trabajo social, que permite involucrar activamente a las personas inmigrantes en el diseño y desarrollo de las actividades. Se aplicará en formato de grupo donde se espera una participación de unos 12 participantes, combinando espacios de expresión emocional, reflexión conjunta y dinámicas prácticas.

Mediante el intercambio de vivencias y la simulación de situaciones reales (role-playing), las personas pueden reforzar sus habilidades comunicativas, identificar y afrontar barreras socioculturales y reducir su sentimiento de soledad.

La intervención se dividirá en dos fases y una actividad final. Fase 1, será un espacio de escucha y reflexión. La fase 2, role-playing de situaciones reales. Y la actividad final, encuentro en un centro educativo.

Para evaluar el impacto de la intervención, se aplicará una escala de medición del sentimiento de soledad al inicio y al final del proceso (Anexo I). Esta herramienta nos va a permitir valorar posibles cambios en la percepción de la soledad, así como el efecto de la intervención en la mejora del bienestar emocional y la integración social de los participantes.

4.4 Destinatarios.

La presente propuesta de intervención está dirigida a personas inmigrantes con edades comprendidas entre los 40 y los 65 años residentes en Valladolid. Esta franja de edad ha sido seleccionada teniendo en cuenta los datos demográficos del municipio, que reflejan que el grupo de edad más numeroso corresponde al de 45 a 49 años. Ampliar el rango de intervención a personas entre los 40 y los 65 años permite abarcar a una parte significativa de la población inmigrante adulta, que a menudo se enfrenta a mayores barreras de acceso a recursos sociales, laborales y comunitarios, especialmente en lo que respecta a la integración social.

La elección de trabajar con personas migrantes entre 40 y 65 años responde a una realidad observada a nivel local: este grupo representa una parte significativa de la población inmigrante de Valladolid, ya que presenta una doble vulnerabilidad derivada de los efectos del proceso migratorio y del envejecimiento.

4.5 Objetivos.

El objetivo general de este proyecto de intervención se centra en mejorar la calidad de vida de la población inmigrante, con el fin de reducir el sentimiento de soledad basado en el intercambio de experiencias, identificación de barreras socioculturales y el entrenamiento en habilidades sociales a través de dinámicas participativas.

Objetivos específicos:

- Crear espacios seguros donde las personas inmigrantes puedan expresar sus emociones, compartir sus experiencias migratorias y generar vínculos con otras personas en situaciones similares.
- Promover la sensibilización de la comunidad local y fomentar relaciones de convivencia interculturales, reduciendo prejuicios y construyendo redes de apoyo mutuo entre población inmigrante y autóctona.
- Fomentar la creación de vínculos entre personas inmigrantes con diferentes trayectorias migratorias, como mecanismo de apoyo mutuo.
- Prevenir y reducir situaciones de soledad no deseada a través del fortalecimiento de redes de apoyo, la participación en actividades comunitarias y la construcción de un sentido de pertenencia.
- Evaluar los cambios en el sentimiento de soledad, las habilidades relacionales y la percepción de integración al finalizar la intervención.

4.6 Temporalización.

La intervención “Vínculos que fortalecen” se desarrollará durante un período de 8 semanas, con una frecuencia de una sesión semanal de 2 horas, y una actividad final de cierre.

SEMANA	ACTIVIDAD PRINCIPAL
1	Sesión inicial de presentación, creación de normas grupales y recogida de escala de soledad (anexo I)
2	Espacio de expresión emocional I: vivencias migratorias
3	Identificación de barreras y redes de apoyo
4	Role-playing I: “Cuando no me entienden”
5	Role-playing II: “Conflictos y convivencia”
6	Role-playing III: “Buscar mi sitio”
7	Role-playing IV: “Lo que me llevo, lo que quiero dejar”
8	Actividad final: encuentro en centro educativo y escala

4.6 Recursos.

Recursos humanos:

- 1 trabajadora social (coordinadora y facilitadora).
- 2-3 mediador/a intercultural (apoyo en traducción o interpretación cultural, además de compartir vivencias desde una realidad más estable en el país receptor).
- Voluntariado de apoyo (1 o 2 personas).

Recursos materiales:

- Sala con capacidad para unas 15 personas, dispuesta en círculo.
- Material de papelería: folios, bolígrafos, post-its, rotuladores.
- Pizarra o panel para dinámicas grupales.
- Reproductor multimedia (altavoces, portátil).

- Impresiones de la Escala de Soledad de Jong Gierveld.

Recursos institucionales:

- Espacio físico facilitado por la Asociación Vecinal Rondilla.
- Convenio o autorización para actividad final en un centro educativo del barrio.

4.7 Actividades.

Fase 1: Espacios de expresión y reflexión emocional (Semanas 1-3).

Sesión 1. Presentación del grupo y normas compartidas.

La primera sesión tiene como objetivo generar un ambiente de confianza, cohesión y seguridad entre los participantes. Se realizará una dinámica de presentación en la que cada persona compartirá brevemente su historia personal, utilizando objetos simbólicos o frases que representen su proceso migratorio. Posteriormente, se establecerán de forma grupal las normas de convivencia del espacio (respeto, confidencialidad, turnos de palabra, etc.), fomentando así la corresponsabilidad y el compromiso. Se explicará la estructura de la intervención, se resolverán dudas y se aplicará por primera vez la Escala de Soledad de Jong Gierveld (anexo 1) como instrumento de evaluación inicial.

Sesión 2. Historias migratorias y emociones.

Esta sesión se centra en la dimensión emocional de la experiencia migratoria. A través de un “círculo de palabra” guiado, los participantes compartirán voluntariamente momentos significativos de su llegada, sus primeras sensaciones en el país de acogida, y los sentimientos que afloraron (miedo, esperanza, tristeza, orgullo, entre otros). Se utilizarán tarjetas emocionales para ayudar a identificar y nombrar las emociones, y se finalizará con una actividad de expresión plástica individual: “Dibuja cómo te sentiste al llegar”, que servirá como punto de partida para una breve reflexión colectiva.

Sesión 3. Redes de apoyo y barreras socioculturales.

En esta última sesión de la primera fase, se invitará al grupo a reflexionar sobre las barreras que han encontrado en su proceso de integración, como el idioma, la discriminación o la falta de referentes culturales. Mediante un **sociograma colectivo**, se visualizarán las redes de apoyo actuales (familiares, comunitarias, institucionales) y su grado de cercanía o fortaleza. A continuación, se realizará un “mapa de obstáculos” donde cada participante identificará las principales dificultades que le impiden integrarse plenamente. Esta actividad servirá como puente hacia las dinámicas prácticas de la siguiente fase.

Fase 2: Role-playing y entrenamiento psicosocial (Semanas 4-7).

Las actividades propuestas dentro de la dinámica de role-playing, se presentan como una guía orientativa para el desarrollo de la intervención. No obstante, su aplicación concreta podrá adaptarse a las necesidades detectadas durante el proceso, teniendo en cuenta los temas que hayan emergido en las sesiones previas y los intereses manifestados por los participantes.

Sesión 4. Role-playing I – “Cuando no me entienden”.

El objetivo de esta sesión es trabajar las habilidades comunicativas y la gestión emocional ante situaciones de incomprensión cotidiana. Se representarán escenas como acudir a una cita médica, preguntar por una dirección o realizar un trámite administrativo. En cada representación, uno o varios participantes asumirán roles distintos (persona inmigrante, profesional del recurso, acompañante, etc.) y el resto del grupo observará y ofrecerá después su visión y sugerencias. Se promoverá la identificación de emociones sentidas en esas situaciones y se propondrán formas asertivas de comunicación.

Sesión 5. Role-playing II – “Conflictos y convivencia”.

Esta sesión abordará posibles conflictos interculturales derivados de malentendidos o diferencias de normas culturales. A través del role-playing, se simularán escenas como disputas con vecinos por ruidos, comentarios discriminatorios o tensiones en espacios públicos. Se analizarán las causas del conflicto, los estereotipos presentes y las distintas

formas de afrontamiento. Posteriormente, se promoverá el debate desde una perspectiva de derechos humanos, respeto a la diversidad y resolución pacífica de conflictos, favoreciendo el aprendizaje colectivo.

Sesión 6. Role-playing III – “Buscar mi sitio”.

La tercera sesión de esta fase se enfoca en el empoderamiento y la participación comunitaria. Se simularán situaciones como presentarse en una asociación local, preguntar por talleres gratuitos, participar en una reunión de vecinos o solicitar información sobre actividades culturales. La finalidad es entrenar habilidades de iniciativa, comunicación y confianza, especialmente en contextos donde la persona migrante debe enfrentarse sola a barreras estructurales. Tras cada representación, se realizará una reflexión grupal sobre cómo se sintieron al tomar la palabra, cómo reaccionó “la comunidad” y qué elementos favorecieron o dificultaron el acceso.

Sesión 7. Role-playing IV – “Lo que me llevo, lo que quiero dejar”.

La última sesión práctica tiene una dimensión simbólica y emocional. Se invitará a los participantes a representar escenas en las que puedan expresar los aprendizajes adquiridos durante el proceso, los vínculos que han fortalecido y los obstáculos que han logrado afrontar o comprender mejor. Se les propondrá escribir una carta o mensaje simbólico dirigido al “yo” que llegó al país o al grupo. Se cerrará la sesión con la elaboración de un mural colectivo titulado “Lo que me llevo, lo que dejo atrás”, donde se recogerán frases, dibujos o palabras clave que simbolicen el proceso vivido.

Actividad final (Semana 8): Encuentro comunitario.

Sesión 8. “Puentes entre generaciones y culturas”.

Como cierre del proceso, se organizará una actividad conjunta con un centro educativo del barrio (preferiblemente un instituto o escuela de primaria con diversidad cultural). Durante el encuentro, los participantes compartirán con el alumnado parte de su historia, sus culturas de origen (lengua, música, refranes, objetos típicos) y lo aprendido

durante la intervención. Esta actividad busca sensibilizar a la comunidad, reforzar el sentimiento de pertenencia de los participantes y promover el diálogo intergeneracional e intercultural. Al finalizar, se aplicará nuevamente la Escala de Soledad de Jong Gierveld (anexo 1) para valorar los cambios percibidos en el bienestar emocional.

4.8 Recursos económicos y financiación.

La implementación del proyecto “Vínculos que fortalecen” requiere una estimación económica ajustada a los recursos mínimos indispensables para garantizar su desarrollo adecuado. A continuación, se detallan los principales costes asociados a la intervención:

Concepto	Detalle	Gasto
Personal (sueldos, seguros, cotizaciones)	Honorarios por 8 sesiones de una trabajadora social (100 €/sesión).	800€
Instalaciones para realizar las actividades	Cedido gratuitamente por la Asociación Vecinal Rondilla.	0€
Recursos digitales	Uso de portátil, proyector portátil y altavoces.	1000€
Materiales y papelería	Cuadernos, bolígrafos, folios, rotuladores, cartulinas, post-its.	100€
Impresiones	Escalas de soledad, formularios.	50€
Transporte local	Desplazamiento del grupo a centro educativo para la actividad final.	40€
		TOTAL: 1.990€

Las fuentes de financiación previstas serán:

- Subvención municipal por el Ayuntamiento de Valladolid: 1.000€.
- Fondos propios de la Asociación Vecinal Rondilla: 500€.
- La Junta de Castilla y León proporcionará el resto: 490€.

4.9 Evaluación.

Evaluación inicial:

Al inicio de la intervención se realizará una evaluación inicial a través de la Escala de Soledad de Jong Gierveld, con el objetivo de identificar el grado de soledad percibida por cada participante antes del desarrollo de las sesiones. Esta evaluación permitirá conocer el punto de partida emocional y social de cada persona, así como detectar posibles necesidades específicas que puedan requerir atención individualizada durante el proceso.

Además, se recogerá información de tipo cualitativo mediante una dinámica de expectativas en la primera sesión, donde los participantes podrán expresar qué esperan del grupo, qué barreras consideran prioritarias y qué tipo de apoyo emocional o comunitario consideran más necesario. Esta información será clave para ajustar las dinámicas y el acompañamiento a la realidad concreta del grupo.

Evaluación continua:

La evaluación continua será llevada a cabo por la trabajadora social responsable del desarrollo de la intervención y constituirá un eje central para garantizar el seguimiento adecuado del proceso grupal y de cada participante. Esta evaluación permitirá identificar avances, detectar dificultades y realizar ajustes en la metodología o en el ritmo de las sesiones, con el fin de mejorar la eficacia de la intervención.

Durante cada sesión, se llevará a cabo una observación directa de la participación de los y las integrantes del grupo, prestando especial atención al nivel de implicación, expresión emocional, interacción con el resto de los participantes y evolución en la puesta en práctica de habilidades sociales. Esta observación se registrará de forma sistemática mediante una ficha de seguimiento interno (anexo II), en la que se anotarán aspectos clave como: participación activa o pasiva, colaboración en dinámicas, actitudes de apertura o resistencia, y reacciones ante las simulaciones de role-playing.

Además, al final de cada sesión se habilitarán espacios breves de retroalimentación, donde el grupo podrá compartir de forma espontánea o guiada cómo se han sentido, qué les ha resultado más útil o difícil, y qué sugerencias tienen para los próximos encuentros. Este tipo de recogida cualitativa de información será fundamental

para adaptar el contenido de las actividades y mantener la motivación y el compromiso de los participantes.

A lo largo del proceso, también se podrán mantener breves conversaciones individuales con aquellas personas que manifiesten necesidades específicas, barreras personales o situaciones emocionales que requieran un acompañamiento más cercano. Estas interacciones se utilizarán exclusivamente para ajustar la intervención sin alterar su dinámica grupal.

La evaluación continua se entiende, así como un proceso dinámico, flexible y centrado en la persona, que permite acompañar el desarrollo del grupo desde una mirada profesional sensible, con el fin último de garantizar el bienestar de los participantes y el cumplimiento de los objetivos establecidos.

Evaluación final:

Al finalizar el proceso, se volverá a aplicar la Escala de Soledad de Jong Gierveld, con el fin de valorar los posibles cambios en la percepción de soledad y bienestar emocional. Este instrumento permitirá comparar los resultados con los obtenidos al inicio y evaluar el impacto de la intervención.

Además, se realizará una dinámica de cierre grupal en la que cada participante podrá compartir qué ha significado la intervención, qué aprendizajes se lleva, qué vínculos ha creado o reforzado y qué barreras siente que ha superado o comprendido mejor. Esta reflexión será recogida por la profesional a modo de evaluación cualitativa del impacto emocional y relacional del proyecto.

Asimismo, se elaborará un informe final interno que incluirá los indicadores cuantitativos y cualitativos obtenidos, con el objetivo de valorar la efectividad general de la intervención y orientar futuras adaptaciones o réplicas del proyecto.

5. REFLEXIÓN CRÍTICA.

5.1 Grado de alcance de los objetivos.

El desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado ha permitido alcanzar en gran medida los objetivos propuestos, tanto a nivel general como específico. A través de un análisis riguroso y documentado, se ha logrado comprender la influencia de las barreras socioculturales en el sentimiento de soledad no deseada que experimenta la población inmigrante, así como visibilizar las múltiples dimensiones que intervienen en su proceso de integración social.

El objetivo general, centrado en fomentar la integración social y el bienestar emocional de las personas inmigrantes mediante una intervención socioeducativa, ha sido abordado de forma satisfactoria. El diseño del proyecto de intervención responde de manera coherente a las necesidades detectadas a lo largo del trabajo y propone estrategias concretas que buscan reducir el aislamiento social, fortalecer los vínculos comunitarios y promover la participación activa de este colectivo en la sociedad de acogida.

En relación con los objetivos específicos planteados, puede afirmarse que han sido alcanzados. Se han identificado con claridad las principales barreras que dificultan el proceso de integración social (como el desconocimiento del idioma, la discriminación o la falta de referentes culturales compartidos) y se ha analizado su impacto directo en la aparición y persistencia del sentimiento de soledad no deseada en la población inmigrante. Además, se ha profundizado en los procesos de duelo migratorio, abordando sus dimensiones emocionales y psicosociales, lo que ha permitido comprender de forma más integral las consecuencias que este fenómeno tiene sobre la salud mental y el bienestar emocional. Todo ello ha contribuido a una fundamentación sólida para el diseño de la propuesta de intervención.

También se han recogido evidencia empírica a través de la revisión bibliográfica, con estudios nacionales e internacionales que respaldan la relación entre soledad, exclusión y barreras culturales. Esta revisión ha permitido fundamentar teóricamente la necesidad de una intervención social con enfoque intercultural, comunitario y preventivo.

En conclusión, el trabajo ha cumplido ampliamente con sus objetivos, permitiendo no solo un análisis teórico crítico, sino también la elaboración de una propuesta de intervención coherente con las necesidades detectadas y los valores del Trabajo Social.

5.2 Limitaciones/propuestas de mejora.

Una de las principales limitaciones del presente trabajo es la ausencia de una recogida de datos empíricos directa con la población inmigrante. Aunque se ha realizado una revisión exhaustiva de la literatura científica y documentos oficiales, el estudio no incluye entrevistas, encuestas ni grupos focales que permitan conocer de primera mano las vivencias, percepciones y necesidades específicas de las personas migrantes en relación con la soledad no deseada y las barreras socioculturales.

Por último, al tratarse de una propuesta centrada en la ciudad de Valladolid, su aplicabilidad podría estar condicionada por las características específicas del territorio (recursos disponibles, políticas locales, perfil de la población inmigrante). Sería interesante explorar la posibilidad de adaptar este proyecto a otros contextos urbanos o rurales, teniendo en cuenta la diversidad de situaciones que vive la población migrante en distintos entornos.

5.3 Conclusiones y reflexión personal.

El presente Trabajo de Fin de Grado me ha permitido visibilizar y analizar en profundidad cómo las barreras socioculturales condicionan la integración social y fomentan el sentimiento de soledad no deseada en la población inmigrante. A lo largo de la fundamentación teórica, se ha evidenciado que el desconocimiento del idioma, la discriminación, el desarraigo cultural o la falta de redes sociales constituyen factores estructurales que obstaculizan el bienestar emocional de las personas migrantes, en especial en edades adultas.

Se han alcanzado la mayoría de los objetivos planteados inicialmente. El trabajo ha identificado las principales barreras socioculturales que dificultan la inclusión, ha explorado su relación con la soledad, y ha incorporado el concepto de duelo migratorio como clave interpretativa del malestar emocional. Asimismo, se han recogido evidencias científicas actualizadas que justifican la necesidad de una intervención social desde una perspectiva intercultural y comunitaria.

Como aporte práctico, se ha diseñado un proyecto de intervención que busca fortalecer las redes de apoyo, generar espacios de expresión emocional y promover vínculos entre la población inmigrante y la sociedad de acogida. Este proyecto responde

a las necesidades detectadas en la literatura y se alinea con las competencias del Trabajo Social, orientadas a la justicia social, la equidad y el bienestar integral.

Desde una perspectiva personal, este trabajo cobra un significado aún más profundo, ya que actualmente me encuentro residiendo en otro país. Esta experiencia migratoria me ha permitido vivir en primera persona muchas de las barreras que se analizan en el trabajo: las dificultades idiomáticas, la distancia cultural, la sensación de no pertenecer, y, sobre todo, la soledad. Al diseñar esta propuesta de intervención, no solo he pensado en cómo podría ayudar a otras personas, sino también en cómo me hubiera gustado a mí ser acompañada en este proceso. Este proyecto nace también de una necesidad propia de conexión, pertenencia y comunidad.

Como futura trabajadora social, esta vivencia me ha reafirmado en la importancia de acompañar los procesos migratorios desde una mirada empática, humana y no asistencialista. Creo firmemente que el Trabajo Social tiene el poder de generar espacios que transformen el aislamiento en encuentro, y la diferencia en riqueza. Este TFG ha sido, en definitiva, una forma de tender puentes: entre la teoría y la práctica, entre lo profesional y lo personal, y entre las personas que migran y las comunidades que las reciben.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Aptitud Social. (2025). *La mediación sanitaria, una nueva forma de resolución extrajudicial de conflictos*. Material de curso.
- Ayuntamiento de Madrid. (s. f.). *Soledad no deseada*. <https://soledadnodedeseada.es>
- Boussif, I., Escarbajal Frutos, A., & Ibáñez-López, F. J. (2024). Metodologías y retos de la enseñanza del español como lengua extranjera a alumnado inmigrante con dificultad lingüística en el sistema educativo español. *Porta Linguarum Revista Interuniversitaria De Didáctica De Las Lenguas Extranjeras*, (41), 209–224. <https://doi.org/10.30827/portalin.vi41.27159>
- Carmen Bel Adell, C. (1994). La integración social de los inmigrantes y las organizaciones no gubernamentales (ONGs) *Papeles de Geografía*, (20), 119–132. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/geografia/article/view/44511>
- Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades de Castilla y León. (2022). Plan de acción de Castilla y León contra la soledad no deseada y el aislamiento social 2022 2025. <https://serviciosociales.jcyl.es/web/es/plan-accion-castilla-leon.html>
- Díaz Millón, M., Gutiérrez Artacho, J., & Olvera Lobo, M. D. (2024). *Comunicación interlingüística e intercultural: La transcreación en el contexto de la migración*. Retos y tendencias en los nuevos contextos comunicativos, 223-239. Universidad de Granada. https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/98752/preprint_DIAZ-MILLON_MAR_CONGRESO_H_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Estrada Moreno, I., Moreno Pachón, J., & Ruiz Mosquera, A. C. (2024). Inmigración y Diversidad Funcional. Desafíos y oportunidades para el Trabajo Social. *EHQUIDAD. Revista Internacional De Políticas De Bienestar Y Trabajo Social*, 289–310. <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2025.0010>
- Gamarra, T., et al. (2005). *El duelo de los inmigrantes: Proyecto de intervención grupal*. Universitat Ramon Llull, EUTSES Pere Tarrés. [Duelomigratorio.pdf](#)
- Gil Alonso, F., & Bayona i Carrasco, J. (2012). La dinámica urbana en España: evolución y tipología. *Papeles de Geografía*, (55-56), 95–108. <https://revistas.um.es/geografia/article/view/176231>

- Gómez Jiménez, A., & Giménez Rodríguez, S. E. (2024). Evolución de la legislación de extranjería desde 1976 hasta 2023, análisis desde la óptica del trabajo social. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1–23. <https://doi.org/10.31637/epsir-2024-1366>
- González Calvo, V. (2005). El duelo migratorio. *Revista de Trabajo Social*, (7), 77–97. Universidad Nacional de Colombia. [Dialnet-ElDueloMigratorio-4391745.pdf](https://dialnet-ElDueloMigratorio-4391745.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística. (2025, 13 de febrero). Estadística continua de población (ECP). 1 de enero de 2025. Datos provisionales. <https://www.ine.es/uc/W4dRAOU7>
- Instituto Nacional de Estadística. (2025, 8 de mayo). Estadística Continua de Población (ECP). 1 de abril de 2025. Datos provisionales. <https://ine.es/dyngs/Prensa/ECP1T25.htm>
- Instituto Nacional de Estadística. (s/f). INE. <https://ine.es/dynt3/inebase/index.htm?padre=9622&capsel=9622>
- Mentes Abiertas Psicología. (2023). *Tipos de soledad: causas y características*. <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/tipos-de-soledad-causas-y-caracteristicas>
- Monras, J. (2023). *La inmigración en España* (Papeles de Economía Española No. 176) https://www.funcas.es/wp-content/uploads/2023/06/PEE-176_Monras.pdf
- Morales, E. (2025). *La población se dispara por la inmigración: por cada nuevo español llegan cinco extranjeros*. *The Objective*. https://theobjective.com/espana/2025-05-12/poblacion-dispara-inmigracion/?utm_source
- Rondilla, A. V. (2020). Memoria 2020 de la Asociación Vecinal Rondilla. <https://rondilla.org/public/files/memoria-rondilla-2021.pdf>
- Ruan, Y.-X., & Cheung, M.-C. (2024). *Systematic review of factors influencing loneliness in older-adult migrants*. *Aging & Mental Health*. <https://doi.org/10.1080/13607863.2024.2340736>
- Sánchez, E. (2000). Definiciones y conceptos sobre la migración. <https://www.academia.edu/download/39717010/capitulo1-Migracion.pdf>

- Sánchez, S. (2017). *Interculturalidad, inmigración y educación*. Universidad de Zaragoza. [10.5944/aldaba.29.2003.20439](https://doi.org/10.5944/aldaba.29.2003.20439)
- Santamaría Rodríguez, S., et al. (2025). Acceso al sistema sanitario de la población inmigrante en España según posición socioeconómica. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 18(1), 21–28. <https://doi.org/10.55783/rcmf.180105>
- Susín Betrán, R. (2015). *Inmigración y barreras en la ciudadanía. El miedo al otro y el derecho a la democracia plural*. Revista de la Facultad de Derecho, (31), 227–251. Universidad de La Rioja. [Dialnet-InmigracionYBarrerasEnLaCiudadania-5231553.pdf](https://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_articulo?codigo=5231553&formato=pdf)
- Tahull Fort, J., & Torres González, T. (2025). Consecuencias de la soledad no deseada en la salud mental: Un análisis cuantitativo en España. *Hallazgos*, 22(43), 167-193. <https://doi.org/10.15332/2422409X.10268>
- Valdivieso, M. G. (2014). Duelo migratorio. *Asociación Americana De Tanatología, AC*. <https://tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/136%20Duelo%20migratorio.pdf>
- Valero-Matas, J.A., Coca, J.R., & Valero Oteo, I. (2014). Análisis de la inmigración en España y la crisis económica. *Papeles de población*, 20(80), 9-45. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252014000200002&lng=es&tlng=es.

ANEXOS.

Anexo I:

Escala de Jong Gierveld

Marca solo una respuesta para cada enunciado atendiendo a la situación en la que la persona se siente en el momento actual y suma la puntuación total en los 11 ítems	Sí	Algunas veces / más o menos	No
1. Siempre hay alguien con quien puede hablar de sus problemas diarios (-)			
2. Echa de menos tener un buen amigo de verdad (+)			
3. Siente una sensación de vacío a su alrededor (+)			
4. Hay suficientes personas a las que puede recurrir en caso de necesidad (-)			
5. Echa de menos la compañía de otras personas (+)			
6. Piensa que su círculo de amistades (amigos y conocidos) es demasiado limitado (+)			
7. Tiene mucha gente en la que confiar plenamente (-)			
8. Hay suficientes personas con las que tiene una amistad muy estrecha (-)			
9. Echa de menos tener gente a su alrededor (+)			
10. Se siente abandonado / rechazado a menudo (+)			
11. Puede contar con sus amigos siempre que lo necesita (-)			

TOTAL (soledad emocional + soledad social):

Soledad emocional (suma de ítems puntuables: 2, 3, 5, 6, 9, 10)

Soledad social (suma de ítems puntuables: 1, 4, 7, 8, 11) La

clasificación según el resultado es la siguiente:

- No soledad (puntuación 0, 1 o 2)
- Soledad moderada (puntuación de 3 a 8)
- Soledad severa (puntuación 9 o 10)
- Soledad muy severa (puntuación 11)

Anexo II:

Ficha de seguimiento interno

Ficha de seguimiento individual – Intervención “Vínculos que fortalecen”

Nombre del participante: _____

Edad: _____

País de origen: _____

Sesión n.º: ____ Fecha: _____

1. Asistencia

- ☐ Asiste puntualmente
- ☐ Llega tarde
- ☐ Ausente (¿Avisó? _____)

2. Participación en la sesión

- ☐ Activa (interviene con frecuencia, propone ideas)
- ☐ Moderada (participa cuando se le invita)
- ☐ Pasiva (poca o nula participación)
- ☐ Rechazo o resistencia a participar

3. Actitud durante la sesión

- ☐ Receptiva y colaborativa
- ☐ Tímida o reservada
- ☐ Emocionalmente inestable (llanto, ansiedad...)
- ☐ Mostró conflicto o tensión
- ☐ Muy motivada/o

Observaciones específicas:

4. Interacción con el grupo

- ☐ Participa con respeto
- ☐ Escucha activa al resto
- ☐ Tiende al aislamiento
- ☐ Genera vínculos con otras personas
- ☐ Surgen conflictos o tensiones

Notas sobre la dinámica grupal:

5. Evolución respecto a sesiones anteriores

- ☐ Mejora notable en la participación
- ☐ Muestra más confianza
- ☐ Sigue igual que en sesiones previas
- ☐ Retroceso en actitud o asistencia

Cambios relevantes o aspectos a tener en cuenta:

6. Necesidades detectadas / Acompañamiento específico

- ☐ Necesita apoyo emocional individual
- ☐ Presenta barreras idiomáticas o de comprensión
- ☐ Requiere adaptación en dinámicas
- ☐ Ninguna necesidad detectada

Acciones tomadas o recomendadas:
